

V05 et V05a : Col d'Assacs

V05 : 30 km, 1430m D+, 6 cols (variante courte)

V05a : 38 km, 1543m D+, 7 cols (variante longue)

V05 et V05a : Départ du Trein d'Ustou, à 14,5 km / 18 min de Soueix.

V05 Col d'Assacs Court

Attention Exigeant

Attention Circuit long et exigeant surtout dans sa version longue avec deux passages difficiles soit par la rudesse de la pente soit par la qualité du sentier
Un minimum de maîtrise de VTT semble souhaitable pour éviter une marche trop longue qui pourrait s'avérer rédhibitoire.

Départ du Trein d'Ustou pour **30,33km et 1430m de dénivelé et 6 cols**
Mise en place 14,5km 18mn

Se garer au Trein d'Ustou sur la gauche à la Salle Polyvalente (en face de l'Eglise) ou dans l'impasse suivant (parking) ou au pire dans la rue principale Prendre la D8f à gauche puis à la sortie du village en haut de la côte prendre à droite la D38 vers Bielle d'Ustou, peu après le cimetière (dans le virage à gauche) prendre à droite une bonne piste R1 qui franchit de suite le Ruisseau de Bielle (pont) pour une longue montée. Après environ 500m avec une pente modérée celle ci se redresse fortement et reste supérieure à 10% sur les quatre premiers kilomètres, laisser une piste à droite et continuer sur la principale qui fait le tour de la montagne (longue courbe à gauche) et devient un peu moins pentue mais encore exigeante (8 à 9%), dans une épingle à gauche laisser une mauvaise piste à droite (départ vers le Col de Plagnol de la Rase), poursuivre la piste principale dont la pente s'atténue petit à petit (6%mini) puis se redresse (10%) avant de franchir l'arête est du Tuc de Bégouède puis de descendre, quitter alors la piste pour prendre à droite le sentier balisé (S3) qui rejoint rapidement le **FR-09-1546 Col de la Serre du Cot** (visible depuis la piste). Au col prendre à gauche un sentier à flanc (S2) qui passe à gauche du Sommet de la Cabane du Tuc (pas d'eau) et atteint rapidement le **FR-09-1585 Col d'Escoulach** poursuivre, le Sentier à flanc (S2) qui passe à gauche du Tuc des Courach et arrive au **FR-09-1615d Col d'Escoulach d'en haut**. C'est là que ça commence à se gêner continuer le sentier toujours bien marqué (S3-4) qui suit la ligne de crête flirte avec des pentes très importantes rendant l'ascension longue et éprouvante, peu avant le sommet suivant il part à flanc sur la gauche, l'abandonner pour suivre à vue la ligne de crête cyclable, passer le sommet 1797 continuer sur le vélo jusqu'à un modeste col qui marque le début d'un passage peu aisé, le franchissement du sommet 1824 n'est pas évident le mieux semble de suivre un sentier peu marqué (S3) qui passe sur la droite dans le dévers et les rochers, on atteint toutefois assez rapidement **FR-09-1795 Col des Portes** qui marque le début d'une nouvelle ascension plus aisée, pour cela suivre un sentier S2 peu marqué à droite de la crête qui permet d'avancer dans des pentes modérées puis obliquer sur la gauche hors sentier HS2 afin de retrouver rapidement un sentier S2 assez bien marqué qui se rapproche de la crête puis se divise en deux, opter pour celui de droite qui passe à flanc (S2) puis se rapproche à nouveau de la crête au niveau d'un petit col au sud du sommet 2014 avant d'atteindre (S2-1) **FR-09-2025 Col d'Assacs**. Obliquer sur la droite à vue HS2 dans le vallon où l'on

retrouve rapidement un sentier pentu et en mauvais état (Ornières) (S2-3), franchir une petite ligne d'arête on pourra ensuite remonter sur le vélo avant de terminer le 50 derniers mètres hors sentier (HS1-2) afin d'atteindre **FR-09-1908 Col de la Rase**. Faire demi-tour puis après le franchissement de la ligne d'arête, choisir un sentier S2 plus à gauche bien visible qui contourne à niveau le vallon avant de rejoindre sur la droite un sentier plus important et plus pentu qui se dirige vers la crête tout en se perdant, on retrouve alors un sentier peu marqué mais cyclable que l'on prendra à gauche. Il est en légère descente est petit à petit se perd, il suffit alors de rejoindre le sentier emprunté à l'aller très proche et bien cyclable, celui-ci se perd mais il est encore possible de cyclo HS avant de rejoindre la trace de l'aller (HS2) jusqu'au Col des Portes. Pour franchir le sommet 1824 deux options reprendre l'itinéraire de l'aller (à priori le plus simple) ou prendre plus à gauche un sentier en mauvais état et pentu qui se dirige vers le sommet franchir une belle brèche pour passer versant est, continuer le sentier parfois difficile à suivre jusqu'à un petit col où l'on retrouve le circuit de l'aller où l'on pourra pédaler avant d'entamer la descente malaisée sur le Col d'Escoulach d'en haut (S2-3). Continuer le sentier de l'aller où l'on pourra faire pas mal de vélo (S1-2) jusqu'au Col de la Serre du Cot puis sur la piste forestière, une fois sur le goudron au niveau du cimetière et du château prendre la Rue du Château qui retombe à l'Eglise du Trein et en face de l'accès au parking

V05a Col d'Assacs Long

Attention Très Exigeant

Départ du Trein d'Ustou pour **38,33km et 1543m de dénivelé et 7 cols**

Mise en place 14,5km 18mn

Parcours commun au circuit court jusqu'au retour au Col de la Serre du Cot. Au col prendre à gauche le Sentier balisé (GR10) S1 ,au bout de 700m environ au niveau d'une épingle à droite quitter le GR10 et prendre face un semblant de sentier S2 qu'il convient d'imaginer et qui suit presque la courbe de niveau, le cheminement est aisé juste gêné par de nombreuses branches au sol, le sentier plus visible dans la seconde moitié se perd à la sortie du bois, il reste quelques discrètes sentes à travers les genets qui nécessite de slalomer pour arriver au **FR-09-1405 Col de Pan**. Belle vue sur le parcours réalisé. Faire demi-tour jusqu'au GR10, puis prendre le sentier balisé à gauche cyclable en grande partie jusqu'aux granges de la Bourdasse, ça se complique dans cette zone où le sentier devient incyclable à cause de rochers sur le sentier, une grange écroulée sur le chemin gêne même légèrement le passage, il y a ensuite une nette amélioration, les épingles en dessous du Couret Mauri sont tout de même technique et demande quelques compétences pour atteindre la Ferme de Rouzé d'en bas (Gite d'Etape et producteurs de Fromages) où l'on retrouve une bonne et courte piste en légère montée puis rapidement le goudron au niveau du hameau de l'Artigue, continuer le CV jusqu'au fond de la Vallée du Salat au niveau de Couflens. Prendre à droite la D3 qui longe la vallée jusqu'au Pont de la Taule où la D8f à droite remonte la vallée de l'Alet jusqu'au Trein d'Ustou point de départ de la Boucle. **Du Col de Pan un retour par le Col de Serre du Cot et le circuit court peut être une alternative intéressante**